سلسلة
الكتب
السعدية

# اللبن

## بين القران الكريم والإعجاز العلمي

جمع وترتيب

السيد محمد بن علوي العيدروس (سعد)

# اللبن

## بين القرآن الكريم والإعجاز العلمي

جمع وترتيب

السيد / محمد علوي عيدروس
(سعد)

# بسم الله الرحمن الرحيم

## مقدمة :

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على سيد المرسلين وإمام الأولين والآخرين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

أما بعد .. فقد قمتُ بجمع هذه المعلومات والمواضيع عن اللبن الذي يعتبر الغذاء الطبيعي للإنسان والحيوان ، حيث كان مشروب النبي صلى الله عليه وسلم ، لهذا يجب على كل فرد أن يعرف هذا الغذاء ومصدره والقيمة الغذائية منه ، وأن يعرف الإعجاز القرآني والعلمي في خلقه وتكوينه ..

وقد نقلت تلك المعلومات من عدة مجلات فليس لي فيها غير جمعها وترتيبها ، أرجو الله أن أكون قد وُفِّقت لهذا العمل كما أسأله الإخلاص والنفع بها ... آمين .

محمد بن علوي العيدروس

# اللبن بين القرآن الكريم والإعجاز العلمي

القرآن الكريم معجزة الله الخالدة . يمتزج فيه الإعجاز العلمي و اللغوي مما يبلغ حد الإبهار . وسلسلة الإعجاز في السماوات والأرض وما بينهما ممتدة وطويلة . ويحمل القرآن الكريم والسنة النبوية العديد من الإشارات الواجب الوقوف عليها للبحث والتقصّي . ففي سورة النحل يقول الله تعالى : (( وَإِنَّ لَكُم فِي الأنعَامِ لَعِبرَةً نُسقِيكُم مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِن بَينِ فَرثٍ وَدَمٍ لَبَنَاً خَالِصَاً سَائِغَاً للشَّارِبِين )) . وثبت في الصحيحين أن رسول الله صلى الله عليه وسلم (( أُتي ليلة أسري به بقدح من خمر وقدح من لبن . فنظر إليها ثم أخذ اللبن . فقال جبريل : الحمد لله الذي هداك للفطرة . ولو أخذت الخمر لغوت أمتك ))[1] . والفطرة هي الطبيعة السليمة التي لم تشب بعيب . وهكذا اتضح أهمية اللبن سواء كان في خلقه أو في كونه غذاء .

---

1 ) رواه مسلم من حديث شيبان . وفي رواية ثانية أنه أتي بإناء لبن وخمر وعسل . وهذا أخرجه البخاري تحت رقم ( ٣٨٨٧ ) . فتح الباري (ج ٧ / ٢٤١ ) باب المعراج .

## أطيب الحلال يخرج من ثنايا الدم الحرام :-

لقد تناولت الآية الكريمة اتجاهين هما :

١) كيفية خلق اللبن .

٢) صفة اللبن .

تذكر الآية الكريمة إعجاز بليغ هو أن اللبن مصدره البطن وليس الضرع . لأنها هي المصدر الأولي لإعداد مكونات اللبن . ثم تشرح الآية عملية خلقه فهو يخرج من بين فرث ودم .

( والفرث : هو ما يتبقى في الكرش بعد الهضم ) . ويسمى (الكيلوز) وهو خلاصة الغذاء المهضوم [١] .

وبعد امتصاصه يصل إلى الدم ويمر الدم في الضرع حيث يصل إلى الغدد اللبنية . ومن ثم إلى الخلايا الطلائية المبطنة للحويصلات اللبنية . وأثناء ذلك تحدث مجموعة من التفاعلات الإنزيمية المعقَّدة يتحول خلالها جزء من مكونات الدم (المصدر العام لمكونات اللبن) إلى ما يقابلها في اللبن .

---

١) النباتات والحيوانات غذاء ودواء .. أ. د جمال الدين مهران المجلس الأعلى للشئون الإسلامية (سلسلة عدد / ٩٥ - ٢٠٠٢ ) مصر .

وكل دورة للدم في الضرع تحجز الخلايا الطلائية (مصنع تخلق اللبن من الدم واللمف) كميات قليلة من المكونات اللازمة لتكوين اللبن ، وبهذه التفاعلات الإنزيمية يخلق بروتين ودهن وسكر اللبن.

أما باقي المكونات مثل الماء والفيتامينات والأملاح المعدنية فتنقل من الدم كما هي . ويتكون اللبن وينقل إلى خزان الحويصلة ثم إلى القنوات الموصلة لخزان الغدة ثم خزان الحلمة وبعدها إلى خارج الضرع . ويتحكم في عملية إخراج اللبن مجموعة عضلات عاصرة تتحكم فيها عملية هرمونية معقدّة [٢] .

ولكي ينتج الحيوان لتراً واحداً من اللبن يجب أن يمر (٤٠٠) لتر دم في الضرع ! فما أعظم قدرة الخالق المعجز الذي يخرج أطيب الحلال من ثنايا الدم الحرام الذي قال فيه جل شأنه : (( حُرِّمت عليكم المَيتةُ والدمُ ولحم الخِنزير )) (المائدة / ٣) .

والدم المقصود هنا : الدم المتدفق في أوردة وشرايين الحيوان أثناء حياته . ويقصد به الدم المسفوح أثناء الذبح وهو الدم المحرَّم ، بخلاف الدم المتجمع مثل الكبد والطحال فهو حلال .

---

[٢] ) أساسيات الألبان م. جامعة عين شمس . كلية الزراعة . قسم علوم الأغذية سنة ( ١٩٨٦ ) مصر .

ولعلَّ من رحمة الله بخلقه أن حرَّم عليهم الدم لكونه مفعماً بالميكروبات الضارة وفضلات الجسم وسمومه . ولأنه يعد بيئة طبيعية ومثالية لنمو وتكاثر العديد من الميكروبات المُمْرضة .

ويضعه العلماء في مقدمة الوسائل الناقلة للأمراض مثل نقص المناعة المكتسبة (AIDS) . والكبد الوبائي وكل أمراض الدم المشتركة بين الإنسان والحيوان [٤] . فقوله سبحانه : (( خالصاً )) أي خلص من مخالطة الشوائب والميكروبات والسموم وبعض الإفرازات الداخلية لبعض الغدد . مخالفاً بذلك مصدرية (الفرث والدم) في اللون والشكل والطعم والرائحة والنقاوة والطهارة ..

وقوله سبحانه : (( سَآئِغاً للشَّارِبِيْنَ)) أي يسوغ لمن يشربه فلا يغصُّ به . فهو شهي مقبول الطعم سهل الهضم . حيث تصل نسبة القيمة الهضمية للدهن إلى ١٠٠٪ . والبروتين ١٨٪ .

( ق هـ = كمية الغذاء الممتص في الجسم × ١٠٠ ) [٥] .

---

[٤] ) النباتات والحيوانات غذاء ودواء . أ. د جمال الدين مهران . المجلس الأعلى للشئون الإسلامية .

[٥] ) أساسيات الألبان م. جامعة عين شمس . كلية الزراعة . قسم علوم الأغذية سنة ( ١٩٨٦ ) مصر .

## الإعجاز في تركيب اللبن :-

يفرز الحيوان بعد الولادة مباشرة سائلاً أصفر اللون يميل إلى الاحمرار ، غليظ القوام ، غنياً بالبروتينات .. قليل الدهن واللاكتوز (سكر اللبن) ، يسمى هذا السائل ( السرسوب ) . وكونه غنياً بالبروتينات المناعية ( الغلوبيولينات ) إضافة إلى خواصه المطهرة ، فإنه يكفل للرضيع تكوين جهاز مناعي قوي يتناسب مع بيئته الجديدة ، ومع استمرار تغذية الرضيع بعد السرسوب على اللبن ، ويسمح هذا بمضاعفة وزن الرضيع في (١٨٠) يوماً للطفل و(٤٧) يوماً للعجل ..

يفرز الحيوان اللبن بتركيبه الفريد ، فهو غذاء يقارب الكمال حيث يضم العناصر الغذائية في حالة إتّزان أقرب لنسبها في جسم الحيوان ، فيحتوي على (٧٩-٩٠) ٪ ماء تسبح فيه المكونات الأخرى ، فيوجد الدهن على هيئة حبيبات متناهية الدقة (٣٠٠٠بليون حبيبة في كل لتر ) ، ويغلف كل منها غشاء رقيق سمكه (٠,٠٠٥ مايكرو ) ، ويتكون من بروتينات فسفورية (الفسفوليبيدات) يرجع لها حالة الاستحلاب للدهن وعدم انفصاله على هيئة قطرات زيتية ..

كما يحتوي على الأحماض الدهنية الضرورية غذائياً . ويحتوي على (١٤٠) حمضاً دهنياً . مما يجعل تركيبه لا مثيل له في الطبيعة .

وبالنسبة إلى بروتين اللبن فإنه يوجد على هيئة غروية (أي مجزأة بشدّة) تجعله لا يرسب إلاّ تحت ظروف خاصة (بروتين سائل) . ويحتوي على عشرين حمضاً أمينياً تشمل الأحماض الأمينية الضرورية لبناء الجسم . ويوجد سكر اللبن (اللاكتوز) في صورة ذائبة . وعند تحلله ينتج نوعين هما : ( الجلوكوز و الجلاكتوز ) . ويُعتقد أن للأخير علاقة بتكوين جلاكتوسيدات المخ والأنسجة العصبية ..كما أن للاكتوز دوراً مهماً في تكلُّس وتكوين العظام . كما أنه صعب الهضم . حيث يستقر في الأمعاء فتستفيد منه البكتيريا النافعة المفيدة جداً لحماية الجسم من سرطان القولون والأزمات القلبية والعدوى بالفم . هذا إضافة إلى أنه ثري بالأملاح المعدنية إلاّ الحديد . وغني بالفيتامينات . وكلها تكون متاحة بيولوجياً في اللبن . ويحتوي اللبن على أنظمة تحفظه (٢٤) ساعة تحت تبريد منها (١-٢) Lactenin واللاكتوبير وكسيديز والجلبيولينات المناعية واللاكتوفيرين حتى بعد انتهاء فاعلية هذه الأنظمة سرعان ما تنشط البكتيريا المخمرة لسكر اللبن LAB وتحوله إلى حمض اللاكتيك مما يعوق نمو ونشاط البكتيريا المُمْرضة والضارة ..

## اللبن في الهدي النبوي :

ثبت أن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم أوصى بلبنِ إبلِ الصدقة لمرضى الاستسقاء فكان الشفاء [٦] .. وقد يرجع إلى ما ترعاه هذه الإبل من الاذخر والشيح والقيصوم والبابونج والاقحوان [٧] .

وثبت أيضا في السنن مرفوعاً قوله صلى الله عليه وآله وسلم : ((من أطعمه الله لبناً فليقل : اللهم بارك لنا فيه وزدنا منه . فإني لا اعلم ما يجزي من الطعام والشراب إلاَّ اللبن ))[٨] .

وأوصى صلى الله عليه وآله وسلم بلبن البقر في حديث ابن مسعود مرفوعاً : (عليكم بألبان البقر فإنها ترُم من كل الشجر ) [٩] .

---

[٦] ) أخرجه البخاري ( ١٢ / ٩٨) في الطب . باب الدواء . ألبان الإبل . ومسلم / ١٦٧١ في القسامة . باب حكم المحاربين والمرتدين .أبو داود ( ٤٣٦٤) والنسائي (٧ / ٩٣ . ٩٤) وابن ماجه ( ٢٥٧٨ ) .

[٧] ) زاد المعاد لابن القيم الجوزية . مؤسسة الرسالة .

[٨] ) اخرجه الترمذي ( ٣٤٥١ ) في الدعوات . باب ما يقول إذا اكل طعاماً . وابو داود ( ٣٧٣٠) في الأشربة . باب إذا شرب لبناً . وأحمد (١ / ٢٢٥ . ٢٨٤ ) .

[٩] ) المستدرك (٤ / ١٩٧) وهو حديثٌ حسن .

ولكنه في الوقت نفسه فقير بالدسم والسكر الذَيْن لا يحتاجهما الوليد في أيامه الأولى .

كذلك يحتوي اللبأ على أجسام مضادة لزيادة مناعة الوليد ومقاومته للأمراض ، كما أنه له أثراً مليناً مما يعتبر معه غذاءً مثالياً للوليد .

ومن خواص وفوائد اللّبن كذلك :

١) يساعد على نمو الوليد .

٢) يساعده على مقاومة الأمراض .

٣) يكون مناسباً للوليد .. ففي الصيف يكون بارداً ، وفي الشتاء يكون حاراً دافئاً .

٤) سريع الهضم .

٥) قيل : إنه لم يغص به أحدٌ قط .

٦) ليس في القرآن إجارة منصوص عليها في شريعتنا إلاّ إجارة الظِئر (لبن المرضع) بدليل قوله تعالى : (( فإن أرضعن لكم فآتوهنّ أجورهُنّ وائتمروا بينكم بمعروف )) .

٧) يمنع تخلخل العظام .

٨) يكافح الخمج المعوي ويمنع الإسهال .

٩) يلطف إظطرابات المعدة .

١٠) يمنع القرحات المعدية ( الهضمية ) ويحفظ ضغط الدم المرتفع .

١١) يحفظ كولسترول الدم ويساعد على منع سرطان القولون .

١٢) مُدِرْ للبول ومصفي للمجاري البولية .

١٣) يساعد على القضاء على التوتر و القلق .

١٤) مفيد في علاج اللثة .

بالإضافة إلى ما يحمله اللبن من فوائد غذائية قيمة ومفيدة للجسم . وكذلك ما تحمله الآية الكريمة (( سَآئِغاً للشّارِبِيْنَ)) من معاني ودلالات على فوائده القيمة .

## معلومات من تفسير الرازي :-

(( وَإِنَّ لَكُمْ فِيْ الأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكم مِمَّا فِيْ بُطُوْنِه)) .. الآية

وفيه مسائل :

*المسألة الأولى :-*

الفرث : سرجين الكرش . روى الكلبي عن أبي صالح عن ابن عباس أنه قال : ( إذا استقر العلف في الكرش صار أسفله فرثاً وأعلاه دماً وأوسطه لبناً ) . فيجري الدم في العروق . واللبن في الضرع ، ويبقى الفرث كما هو . لا يشوبه الدم ولا الفرث ...

ولقائل أن يقول : الدم واللبن لا يتولد البتة في الكرش . والدليل عليه الحس فإن هذه الحيوانات تُذبح ذبحاً متوالياً وما رأى أحد في كرشها لا دماً ولا لبناً ولو كان تولد الدم واللبن في الكرش لوجب أن يشاهد ذلك في بعض الأحوال.

*المسألة الثانية :*

اعلم أن حدوث اللبن في الثدي واتصافه بالصفات التي باعتبارها يكون موافقاً لتغذية الصبي مشتمل على حِكم عجيبة وأسرار بديعة يشهد صريح العقل بأنها لا تحصل إلاَّ بتدبير الفاعل الحكيم ، والمدبر الرحيم . وبيانه من وجوه :

• *الأول* : إن عند تولد اللبن في الضرع أحدث تعالى في حلمة الثدي ثقوباً صغيرة ، ومسام ضيقة ، فحينئذٍ لا يخرج منها اللبن إلاَّ في غاية الصفاء واللطافة ..

وأما الأجزاء الكثيفة فإنه لا يمكن خروجها من تلك المنافذ الضيقة ، فتبقى في الداخل . والحكمة في إحداث تلك الثقوب الصغيرة والمنافذ الضيقة في رأس الحلمة أن يكون ذلك كالمصفاة ، فكل ما كان لطيفاً خرج . فبهذا الطريق يصير ذلك اللبن خالصاً موافقاً لبدن الصبي سائغاً للشاربين .

• *الثاني* : إنه تعالى ألهم ذلك الصبي إلى المَصْ . فإن الأم كلما ألقمت حلمة الثدي في فم الصبي فذلك الصبي في الحال يأخذ في المَصْ . فلو لا أن الفاعل المختار الرحيم ألهم ذلك الصبي الصغير ذلك العمل المخصوص ...

***المسألة الثالثة*** : –

قال أهل التحقيق : اعتبار حدوث اللبن كما يدل على وجود الصانع المختار سبحانه ، فكذلك يدل على إمكان الحشر والنشر ، وذلك لأن هذا العشب الذي يأكله الحيوان إنما يتولد من الماء والأرض ، فخالق العالم دبَّر تدبيراً ، فقلب ذلك الطين نباتاً وعشباً ، ثم إذا أكله الحيوان دبر تدبيراً آخر ، فقلب العشب دماً ،

ثم دبر تدبيراً فقلب ذلك الدم لبناً ، ثم دبر تدبيراً آخر فحدث من ذلك اللبن الدهن والجبن . فهذا يدل على أنه تعالى قادر على أن يقلب هذه الأجسام من صفة إلى صفة . فسبحان الله القادر على كل شيء .

## الأدوية المكثرة للبن :

( الشرنيز ) : إذا شربت منه أياماً أدَرَّ اللبن .

( الآنيسون ) : يفعل من مثل ذلك .

( حجر الماس ) : إذا مسح به ثدي المرأة عند تعسر خروج اللبن فإنه يخرجه ويفتح سدد الثدي ، وإن شرب منه قدر ثلاثة قراريط مسحوقاً منخولاً نفع منه ومن السل أيضاً ، وإن سُحق بالماء وطلي به على ثدي المرأة المرضعة أدَرَّ اللبن لوقته ، وحجر الماس : هو البلور ، وأما السل : داءٌ ينقص فيه اللحم بعد سعال من مرض مزمن ونفث دم ومادة .

(الفجل) : يدر اللبن .

(لبن البقر) : يزيد في لبن المرضعة إذا شربته .

(الشمر) : يزيد في لبن المرأة إن أكلته .

(السمسم) : يزيد في لبن المرأة .

(الكمون) : إذا أضيف إليه العسل والسمن يزيد في اللبن .
(لبن الماعز) : يزيد في لبن المرأة إذا شربته .
(البرسيم) : القضب .
(السمك المالح) : يزيد في اللبن إذا أكلته .
(الحبة السوداء) : إذا دُقَّت وطلي بها الثدي أدَرَّ اللبن .
(خراء الفأر) : إذا أضيف إليه الشعير وعجن وطلي به أدر اللبن .
واعلم أن هذه الأدوية جميعها مجربه تدر اللبن .
فائدة :
- لمن عنده ضعف وسعال (من أحسن المقويات) يشرب على الريق لبن مع صفار البيض مع ملعقة عسل . وهذا مجرب .
- أفضل ألبان الحيوان هو لبن الضأن بسبب طبيعته الحارة ولما فيه من المنافع الكثيرة .

## الأدوية القاطعة للبن :-

(الفول) : إذا ضمد بدَقِيقِه مع سويقه قطع إدرار الثدي ، وإن خلط بدهن ورد وطلي به الثدي قطع اللبن ، وإذا أكل السداب والكزبرة والملح في الطعام قطع اللبن .
(مرة الكبش) إذا طلي به ثدي المرأة قطع اللبن .

(الحلبة) : تدق ويطلى بها على الثدي باللبان الشحري والخبث ودهن الورد فإنه غاية في قطع اللبن .

## اللبن إكسير حماية العظام :-

يطلق الأطباء على اللبن عبارة (إكسير حماية العظام) . والحقيقة أنه إكسير البدن كله لما فيه من الفوائد التي حباه الله بها . ولا توجد في غيره . فهو مليِّن يلطِّف الأعضاء ويلين المفاصل . ويهدِّي الأعصاب . ويحد من نوبات التوتر العصبي . وهو غذاء جيد مطلق للبطن وينقي الوجه . ويعمل على صفاء اللون ونضرة البشرة . قيمته الغذائية عالية . وفوائده الصحية كثيرة . وكفى به فخراً أن الحق تعالى جعله عبرة الأنعام : ((وَإِنَّ لَكُمْ فِيْ الأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكم مِمَّا فِيْ بُطُوْنِه )) . وتشير الدلائل إلى أن النساء اللواتي يشربن الحليب منذ صباهن يصبحن أكثف عظاماً في سن اليأس . مما يجعلهن أقل استعداداً للإصابة بتقصف العظام ...

## من مشتقات اللبن : الزبادي :-

ينصح دكتور (جايلورد هاوزر) خبير التغذية الأمريكي والمستشار الطبي لرجال الأعمال في هيوليود مرضاه من أصحاب الوزن الثقيل ، والمصابين بالروماتيزيوم وتصلب المفاصل واضطرابات الدورة الدموية والقلب والجهاز الهضمي ، وكل من يريد الحصول على الحيوية والشباب ونظارة البشرة أن يحرصوا على تناول نصف لتر من لبن الزبادي المحلى بعسل النحل كل يوم ظهراً ، ولمدة أسبوع كل شهر ، لأنه يعتقد أن هذه الطريقة مثالية للحصول على نظافة الأجهزة الداخلية ...

## من فوائده الصحية :-

يتميز كوب الزبادي بمكوناته الطبيعية لأنه خالٍ من أية مواد كيميائية ، وهو أفضل من الحليب لأنه يتكون من لبن منزوع الدسم جزئياً ،فهو قليل السعرات الحرارية .. لكنه غني بفيتامين( أ ) بكميات تفوق تلك الموجودة في اللبن كامل الدسم .

وقد ثبت أنه مصدر جيد للكالسيوم سهل الإمتصاص ، والبروتين شبه المهضوم بفعل ما يحتويه الزبادي من بكتيريا مفيدة نافعة . كما ثبت علمياص وعملياً أن جرثومة التخمر في الزبادي تعمل على إخفاء بكتيريا التخمر الضارة في المعدة والأمعاء لتحل مكانها البكتيريا غير الضارة بنسبة تصل إلى ٨٥٪ . وبذلك يعتبر الزبادي مطهراً للمعدة والأمعاء وغذاءً مناسباً تماماً للمصابين بإرتفاع نسبة الكولسترول في الدم . وأصحاب تصلب الشرايين ، كما يعتبر وجبة عشاء مناسبة لمرضى القلب حتى يقضوا ليلاً هادئاً .. وقد أكدت نتائج كثير من الأبحاث العلمية التي قام بها فريق من الأطباء المشهورين على صحة ذلك ...

## فوائد مزج اللبن بالعسل :

يعتبر مزج اللبن بالعسل من أهم أنواع النظام الغذائي المعقول الجيد . وهو مفيد وناجح ضد الكثير من الأمراض خاصةً الأمراض البطنية والصدرية فضلاً عن أهميته القصوى في تغذية الأطفال . حيث يهب الجسم الطاقة . ويمنحه بالعناصر اللازمة ...

## خاتمة :

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم عليه وسلم إذا أكل طعاماً أو شرب شراباً يقول : ( اللهم بارك لنا في ما رزقتنا و ارزقنا خيراً منه ) إلاّ إذا كان لبناً فيقول : (اللهم بارك لنا في ما رزقتنا و زدنا منه ) ..

أسأل الله سبحانه وتعالى أن يرزقنا إتباع النبي صلى الله عليه وسلم إنه ولي ذلك والقادر عليه ..

وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم وآخر دعونا أن الحمد لله رب العالمين